

Утверждаю  
 Заведующий  
 Н.В. Мартынова  
 Подпись \_\_\_\_\_  
 Меню на 21.01.25

Наименования блюда	Выход блюда	Энергия (ккал)
<b>Завтрак</b>		
Каша пшеничная молочная жидкая	150/200	135\181
Какао с молоком.	180/200	139\154
Бутерброд с маслом с сыром.	35/45	92\118
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	180/180	83
<b>Обед</b>		
Салат из квашеной капусты с луком	50/60	47/56
Суп картофельный с рыбой.	150\200	86\115
Каша гречневая рассыпчатая	110\140	114\246
Тефтели из говядины паровые	50/70	96\134
Соус томатный.	20/40	10/21
Компот из ягод	150\200	45\60
Хлеб ржаной.	40/50	75/94
<b>Полдник</b>		
Кефир.	160/180	80/91
Фрукт	95/100	42/44
<b>Ужин</b>		
Рагу овощное.	160/180	191/215
Яйцо вареное.	40/40	63/63
Чай с сахаром	170/200	32/37
Батон пшеничный	30/40	72/96